

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN FAM DAN NON-FAM DI RSU VINA ESTETICA MEDAN TAHUN 2021-2022

Dea Lestari Bangun¹, Juli Jamnasi², Batara Simangungsong³

¹ Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran Universitas Methodist Indonesia

² Departemen Ilmu Radiologi, Fakultas Kedokteran Universitas Methodist Indonesia

³ Departemen Ilmu Bedah, Fakultas Kedokteran Universitas Methodist Indonesia

email: deabgn@yahoo.com

ABSTRACT

Background: *Fibroadenoma mammae is a type of non-malignant tumor (benign tumor) that appears in the breast and is often found in women under 35 years old. FAM is an abnormal growth that occurs within the glands and stroma of the connective tissue in the breast. Diet has an impact on the occurrence of fibroadenoma mammae. Diet reflects the way a person meets their nutritional needs, including the type of food consumed, the number of portions eaten, and how often they eat. Foods rich in unsaturated fats play an important role in increasing the risk of breast diseases, including FAM.*

Research Objective: *To know the relationship between diet and the incidence of FAM at RSU Vina Estetica Medan in 2021 – 2022.*

Methods: *The study used observational analytic measurements with a cross-sectional design. The samples in the study were from 60 patients who were diagnosed or not diagnosed with fibroadenoma mammae.*

Results: *The majority of patients who experienced fibroadenoma mammae were 30 patients (50.0%) and occurred in the late adolescent age category (17–25 years) with a frequency of 30 people (50.0%). In the distribution of diet, it was found that the majority of patients had a poor diet, totaling 33 patients (55.5%). The results of the analysis also showed a relationship between diet and the incidence of mammary fibroadenoma, with a p value of 0.000.*

Conclusion: *There is a relationship between diet and the incidence of Fibroadenoma mammae (p = 0.000).*

Keywords: *Fibroadenoma mammae (FAM), diet*

ABSTRAK

Latar Belakang : Fibroadenoma mammae adalah salah satu jenis tumor non-ganas (tumor jinak) yang muncul di dalam payudara, seringkali ditemukan pada wanita yang berusia di bawah 35 tahun. Kejadian FAM ini merupakan pertumbuhan abnormal yang terjadi di dalam kelenjar dan stroma jaringan ikat di payudara. Pola makan memiliki dampak pada kemunculan Fibroadenoma mammae. Pola makan mencerminkan cara seseorang memenuhi kebutuhan nutrisi mereka, termasuk jenis makanan yang dikonsumsi, jumlah porsi makan, dan seberapa sering mereka makan. Makanan yang kaya lemak tak jenuh memainkan peran penting dalam meningkatkan risiko penyakit payudara, termasuk FAM.

Tujuan Penelitian : Mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian FAM di RSU Vina Estetica Medan Tahun 2021-2022

Metode : Penelitian menggunakan pengukuran observasi analitik, dengan metode *cross sectional*. Sampel yang terdapat dipenelitian sebanyak 60 pasien yang terdiagnosa dan tidak terdiagnosa Fibroadenoma mammae.

Hasil : Mayoritas pasien yang mengalami Fibroadenoma mammae sebanyak 30 pasien (50,0%) dan terjadi pada kategori usia akhir remaja (17-25 tahun) dengan frekuensi 30 orang (50,0%). Pada distribusi pola makan, didapatkan mayoritas pasien memiliki pola makan yang kurang baik yaitu berjumlah 33 pasien (55,5%). Hasil analisis juga menunjukkan adanya hubungan antara pola makan dan kejadian Fibroadenoma Mammae, dengan nilai $p = 0,000$.

Kesimpulan : Terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian Fibroadenoma Mammae ($p=0,000$).

Kata Kunci : Fibroadenoma Mammae (FAM), Pola Makan

PENDAHULUAN

Fibroadenoma mammae adalah salah satu jenis tumor non-ganas (tumor jinak) yang dapat muncul di dalam payudara. Nama "FAM" berasal dari penggabungan kata "fibro" yang mengacu pada jaringan ikat dan "adenoma" yang menggambarkan jaringan kelenjar. Secara umum, ukuran FAM cenderung meningkat seiring berjalannya waktu, namun tidak memiliki sifat ganas yang dapat menyebar ke organ lain. FAM sering diidentifikasi pada wanita yang berusia di < 35 tahun, dan pertumbuhan dari FAM ini terjadi secara abnormal dalam kelenjar dan jaringan ikat stroma di payudara. Tempat yang paling umum di mana FAM ditemukan adalah pada kuadran lateral atas payudara, arena pada area ini terdapat kelenjar yang paling banyak. Pertumbuhan FAM juga terkait erat dengan perubahan hormonal yang muncul ditubuh wanita (Tri Wahyuni & Yulita Safutri Prodi Ilmu Keperawatan STIKes Ranah Minang Padang, 2021).

Penyebab FAM belum diketahui dengan pasti, tetapi berkaitan dengan hormon reproduksi dan cenderung muncul selama periode reproduksi. Ukuran FAM bisa bertambah selama kehamilan atau penggunaan terapi estrogen, dan biasanya cenderung mengalami penyusutan setelah wanitas memasuki menopause ketika tingkat

estrogen mengalami penurunan. Banyaknya makanan dengan kandungan lemak tak jenuh yang dikonsumsi, makanan yang diolah, protein hewani, kafein, dan alkohol memiliki peran penting dalam perkembangan berbagai masalah payudara, termasuk FAM (Tri Wahyuni & Yulita Safutri Prodi Ilmu Keperawatan STIKes Ranah Minang Padang, 2021).

Indonesia belum memiliki data yang pasti terkait tingkat kejadian FAM. Namun, diperkirakan bahwa setiap tahunnya terjadi peningkatan kasus FAM. Menurut statistik yang dikeluarkan oleh Jakarta Breast Center, dari total 2.495 pasien berkunjung di periode tahun 2001 hingga 2002, sekitar 79% dari mereka didiagnosis dengan tumor payudara yang bersifat jinak, sementara sisanya, sekitar 14%, mengalami kanker payudara. Pada tahun 2018, tercatat 58.256 kasus baru kanker payudara pada perempuan di Indonesia (sekitar 42.1% dari keseluruhan kasus kanker) dengan angka kematian sebanyak 22.692 (sekitar 17.0% dari total kematian akibat kanker) (RI D. Pedoman Pelayanan Gizi Rumah Sakit, 2013). Data dari catatan medis RS Santa Elisabeth Medan mencatat adanya 103 kasus FAM dalam rentang tahun 2007 hingga 2011. Pada tahun 2007, tercatat 5 kasus, sementara pada tahun 2008,

jumlahnya meningkat menjadi 25 kasus. Tahun 2009 dan 2010 masing-masing melaporkan 23 kasus, dan pada tahun 2011, terdapat 27 kasus yang terdeteksi (Rumida & Gloria Doloksaribu, 2021).

Pola makan merujuk pada cara atau upaya seseorang dalam menyesuaikan jumlah konsumsi dan jenis makanan yang dikonsumsi yang memiliki tujuan memelihara kesehatan, menjaga tingkat nutrisi, serta mencegah atau mendukung penyembuhan penyakit. Untuk memastikan kesehatan, penting bagi seseorang untuk memiliki pola makan yang seimbang, yang berarti menyediakan nutrisi yang sesuai dengan kebutuhan tubuh dan diperoleh melalui makanan yang dikonsumsi sehari-hari. Pola makan mencerminkan cara seseorang memenuhi kebutuhan nutrisi mereka, termasuk jenis makanan yang mereka konsumsi, jumlah konsumsi makanan, dan frekuensi makan. Hasil penelitian oleh Wulandari berjudul "Hubungan Kebiasaan Makan dengan Kejadian Fibroadenoma Mammae (FAM)" yang dilakukan di RSUD Mangun Kusumo pada tahun 2013 mengindikasikan bahwa peningkatan asupan lemak dan kegemukan berhubungan dengan risiko Fibroadenoma Mammae yang lebih tinggi. Penelitian tersebut menyatakan bahwa wanita yang memiliki kebiasaan makan yang kurang baik memiliki risiko Fibroadenoma Mammae sebanyak 2,45 kali lebih tinggi (Pangestu, 2013).

METODE PENELITIAN

Riset ini merupakan riset analitik observasional yang mengadopsi metode cross-sectional. Peneliti melakukan pengamatan dan pengukuran terhadap variabel pada satu titik waktu tertentu. Adapun tujuan dari riset ini untuk menganalisis hubungan antara pola makan dan kejadian Fibroadenoma Mammae di RSUD Vina Estetica selama periode tahun 2021-2022. Data untuk penelitian ini diperoleh melalui pengisian

kuesioner sebagai data primer dan menggunakan data rekam medis pasien sebagai data sekunder.

Dalam penelitian ini, sampel penelitian diperoleh melalui metode total sampling. Sampel terdiri dari pasien yang telah mendatangi RSUD Vina Estetica untuk perawatan medis dan telah didiagnosis dengan Fibroadenoma Mammae antara tahun 2021 dan 2022.

Sampel yang berhasil ditemukan sebanyak 30 pasien dengan diagnose FAM dan 30 pasien dengan diagnose Non-FAM. Data pada penelitian ini akan di olah menggunakan SPSS dan dianalisis menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat.

HASIL PENELITIAN

Tabel 4.1 Frekuensi dan Presentase Kelompok Usia pada Pasien

Kelompok Usia	Distribusi	Frekuensi (%)
Remaja Awal (15-16 tahun)	2	3,3
Remaja Akhir (17-25 tahun)	30	50,0
Dewasa Awal (26-35 tahun)	14	23,3
Dewasa Akhir (36-45 tahun)	9	15,0
Lansia Awal (46-55 tahun)	4	6,7
Lansia Akhir (56-65 tahun)	1	1,7
Total	60	100

Dari data yang tertera pada Tabel 1, terlihat bahwa mayoritas pasien berada dalam kategori usia akhir remaja (17-25 tahun), dengan jumlah 30 individu (50,0%).

Tabel 4.2 Frekuensi dan Presentase FAM pada Pasien

FAM	Distribusi	Frekuensi (%)
Ya	30	50,0
Tidak	30	50,0
Total	60	100

Berdasarkan tabel 2. didapatkan kelompok pasien yang mengalami FAM adalah sebanyak 30 orang (50,0%) dan kelompok pasien non-FAM adalah sebanyak 30 orang (50,0%).

Tabel 4.3 Frekuensi dan Presentase Pola Makan

Pola Makan	Distribusi	Frekuensi (%)
Baik	27	45,0
Tidak Baik	33	55,0
Total	60	100

Berdasarkan data dalam Tabel 3, terlihat bahwa terdapat 27 orang pasien (sekitar 45%) dengan pola makan yang baik, sementara pola makan yang tidak baik sebanyak 33 orang pasien (sekitar 55%).

Tabel 4.4 Hubungan Pola Makan dengan kejadian FAM pada Pasien

Pola Makan	Kejadian FAM		Sig-2 sided
	FAM	Tidak FAM	
Baik	5	22	0
Tidak Baik	25	8	
Total	30	30	

Hasil analisis pada tabel 4 diatas menggunakan uji Chi-Square menunjukkan nilai $p < 0,001$. Nilai ini mengindikasikan adanya hubungan antara pola makan dan kejadian FAM.

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 1. didapatkan kategori usia pada pasien yang paling banyak adalah kategori usia akhir remaja (17-25 tahun) dengan frekuensi 30 orang (50,0%). Hasil riset ini

konsisten dengan riset yang dilaksanakn oleh Mulia dan rekan-rekan pada tahun 2021. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa dari 94 pasien yang menderita FAM di RSUP Sanglah Denpasar Bali, sebagian besar berada dalam kelompok usia 17-25 tahun, yaitu sebanyak 27 orang (sekitar 28,7%) (Mulia G, 2021). Riset yang dilakukan oleh Wahyuni dkk (2021), juga menunjukkan bahwa mayoritas pasien FAM berusia 18-24 tahun sebanyak 77,7% (Tri Wahyuni, L., & Yulita Safutri Prodi Ilmu Keperawatan STIKes Ranah Minang Padang, H. (2021). Penelitian ini berbanding lurus dengan penelitian tentang A Systematic Study on Fibroadenoma of the Breast yang mengemukakan kejadian FAM paling tinggi terjadi pada kategori usia 16-30 tahun. Banyaknya pasien yang mengalami Fibroadenoma Mammae (FAM) di rentang usia 17-25 tahun mungkin terkait dengan peran faktor hormonal. Pada periode antara usia dua puluh tahunan hingga usia empat puluhan, yang juga dikenal sebagai masa reproduktif, terjadi peningkatan kadar hormon estrogen dalam tubuh. Kenaikan kadar estrogen ini seringkali menjadi penyebab umum terjadinya FAM pada kelompok usia ini. Selain itu, adanya kepekaan yang lebih tinggi terhadap estrogen dalam lobul di payudara juga dianggap sebagai faktor yang berperan dalam pembentukan lesi ini, khususnya selama periode menarche (usia 15-25 tahun) (Mulia G, 2021).

Berdasarkan Tabel 2, ditemukan bahwa terdapat 30 pasien (50,0%) dalam kelompok yang mengalami FAM, sedangkan ada 30 pasien (50,0%) dalam kelompok yang tidak mengalami FAM. Penelitian yang dilakukan oleh Fanny, dkk (2022) memperlihatkan bahwa dari 33 pasien terdapat sebanyak 17 pasien (51,5%) yang mengalami FAM (Jesica F, Hayu R, Meysetri FR, Nurhasanah A, 2022).

Berdasarkan tabel 3. didapatkan kelompok pasien yang pola makan baik memiliki jumlah sebanyak 27 orang (45%) dan kelompok pasien yang pola makan tidak baik adalah sebanyak 33 orang (55%). Hasil ini berbanding lurus dengan riset yang dilaksanakan oleh Wahyuni et al, (2021) yang mengindikasikan bahwa dari 36 responden, 18 pada kelompok kasus pola makan yang buruk sebanyak 66,7% (Tri Wahyuni, L., &

Yulita Safutri Prodi Ilmu Keperawatan STIKes Ranah Minang Padang, H. (2021). Penelitian lain yang dilakukan oleh Lina (2015) juga menunjukkan dari 43 responden, sejumlah 26 remaja (60,5%) memiliki pola makan yang kurang baik, yang melibatkan konsumsi makanan yang banyak mengandung lemak tak jenuh, protein hewani, karoten, dan produk olahan (seperti makanan siap saji), minuman beralkohol, dan minuman berkafein dianggap memiliki peranan yang penting dalam meningkatkan risiko berbagai penyakit pada payudara, termasuk fibroadenoma mammae. Penelitian mengatakan bahwa pola makan yang kurang sehat dapat berdampak pada pertumbuhan sel yang terdapat pada tubuh. Sebagai contoh, makanan yang mengandung daging merah, makanan yang telah mengalami proses pengolahan, gula yang difermentasi, kentang, makanan yang tinggi gula, serta makanan yang memiliki kandungan lemak yang banyak, bersamaan dengan kebiasaan minum alkohol dan lain sebagainya, diyakini dapat berkontribusi pada terjadinya penyakit payudara seperti fibroadenoma mammae (Lina, 2015).

Hasil analisis yang menggunakan uji Chi-Square dalam Tabel 4 menunjukkan nilai $p < 0,001$, yang mengindikasikan adanya hubungan antara pola makan dan kejadian FAM. Temuan riset ini bersesuaian dengan riset yang dilaksanakan oleh Mauliza dan tim pada tahun 2020, di mana hasil p-value yang ditemukan adalah 0,000, menunjukkan korelasi antara pola makan dan terjadinya FAM (Nasyari M, Husnah H, Fajriah F, 2020). Riset ini juga konsisten dengan riset yang dilaksanakan oleh Fanny dan rekan-rekannya di tahun 2022, yang mendapatkan nilai $p = 0,001$. (Jesica F, Hayu R, Meysetri FR, Nurhasanah A, 2022).

Fibroadenoma mammae (FAM) merupakan bentuk tumor non-kanker yang terjadi di dalam payudara yang dicirikan oleh batas yang tegas dan keberadaan benjolan yang bisa dipindahkan. Selain faktor genetik dan usia, radiasi sinar, serta pola makan juga termasuk salah satu penyebab utama dalam terjadinya FAM (Price, S. A., et al. (2006). Pola makan biasanya dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti budaya, demografi, gaya hidup, dan dapat

berhubungan dengan risiko beberapa penyakit degeneratif. Salah satu faktor risiko untuk munculnya Fibroadenoma Mammae (FAM), adalah kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji. Pada individu yang menderita Fibroadenoma Mammae, risiko meningkat dua kali lipat untuk mengalami perkembangan kanker payudara di masa yang akan datang (Pratiwi, M.D. 2010). Makanan cepat saji yang seringkali melibatkan pengolahan daging pada suhu tinggi dapat menghasilkan senyawa karsinogenik. Senyawa ini berpotensi memicu pembentukan tumor payudara dan dapat meningkatkan risiko terjadinya kanker (Putra, S.R. 2015).

Penelitian lain yang dilaksanakan oleh Bala Subramaniam dan rekan-rekannya menyimpulkan bahwa wanita dengan konsumsi lebih dari 30 gram lemak setiap hari memiliki risiko 2,4 kali lipat lebih besar untuk mengalami perkembangan kanker payudara (Balasubramaniam SM., Et al, 2013). Konsumsi makanan berlebihan dapat menyebabkan obesitas. Risiko tinggi terkena kanker terkait dengan obesitas karena sel-sel lemak memiliki kemampuan untuk memproduksi estrogen. Oleh karena itu, adanya lebih banyak sel lemak dalam tubuh dapat menghasilkan lebih banyak estrogen, yang kemudian dapat memicu perkembangan sel kanker (Wang X-L, Et al, 2013).

KESIMPULAN

Dari penelitian mengenai kaitan antara pola makan dan kejadian Fibroadenoma Mammae di RSUD Vina Estetica selama tahun 2021-2022, dapat di tarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara pola makan dan kejadian fibroadenoma mammae (FAM).

REFERENSI

Balasubramaniam, S. M., Rotti, S. B., & Vivekanandam, S. (2013). Risk factors of female breast carcinoma: A case control study at Puducherry. *Indian Journal of Cancer*, 50(1), 65–70. <https://doi.org/10.4103/0019-509X.112307>

Jesica F, Hayu R, Meysetri FR, Nurhasanah A.

- Relationship of Family History and Junk Food Consumption. 2022;13(1):134-140.
- LINA. (2015). HUBUNGAN RIWAYAT KELUARGA DAN POLA MAKAN REMAJA DENGAN KEJADIAN FIBROADENOMA MAMMAE (FAM) PADA REMAJA DI RSUD LANGSA KOTA LANGSA PROVINSI ACEH TAHUN 2015. *Poltekkes Kemenkes Aceh, Vol. 9 No.*
- Mulia G. Karakteristik Klinikopatologi Pasien Fibroadenoma Mammary Di Rsup Sangla Denpasar 2017-2018. *Karakteristik Klin Pasien fibroadenoma Mammary Di Rsup Sanglah Denpasar.* 2021;OL.10 NO.4,A(4):1-6.
- Nasyari M, Husnah H, Fajriah F. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Tumor Payudara Di Rsup Dr. Zainoel Abidin Banda Aceh. *AVERROUS J Kedokt dan Kesehat Malikussaleh.* 2020;6(1):29. doi:10.29103/averrous.v6i1.2659
- Pangestu. Analisis faktor-faktor yang berhubungan dengan fibroadenoma mammae. *Anal Fakt yang berhubungan dengan fibroadenoma mammae.* Published online 2013:1-23.
- Pratiwi, M.D. 2010. Hubungan Pola Makan Fast Food dengan Kejadian Hipertensi pada Usia Produktif di Dusun Tegal Ngijon Sumber Agung Moyudan Sleman Yogyakarta. Naskah Publikasi Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Price, S. A., et all. (2006). Patofisiologi. EGC. Jakarta
- Putra, S.R. 2015. Buku Lengkap Kanker Payudara. Yogyakarta : Laksana
- RI D. Pedoman Pelayanan Gizi Rumah Sakit. Jakarta: Direktorat Jenderal Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak. Published online 2013.
- Rumida, & Gloria Doloksaribu, L. (2021). Pola Makan dan Status Gizi Remaja di SMP Budi Murni 2 Medan. *Wahana Inovasi, 10(1),* 26–30.
- Tri Wahyuni, L., & Yulita Safutri Prodi Ilmu Keperawatan STIKes Ranah Minang Padang, H. (2021). HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN FIBROADENOMA MAMMAE PADA REMAJA Dietary Association With The Incidence Of Fibroadenoma Mammary. In *Jurnal Citra Ranah Medika (CRM)* (Vol. 1, Issue 1).